

# UNA EXPERIENCIA CON IMPACTO SOCIAL

"De la mentoría me atrae la proximidad con los jóvenes. Su mirada de descubrimiento constante, así como cierta seguridad inocente, me da frescura y me enriquece; aprendo de ello. Al mismo tiempo siento que, con el acompañamiento, yo también les puedo dar valor"

—  
**Vicky Martínez Richarte,**  
mentora de la Fundació Impulsa



Calle del Bisbe Morgades, 46  
08500 Vic, Barcelona

T: 93 130 72 12  
hola@fundacioimpulsa.org  
[www.fundacioimpulsa.org](http://www.fundacioimpulsa.org)

# IMPULSA, MENTORÍA



Programa de formación y  
acompañamiento de jóvenes y mentores

jóvenes | formación | oportunidades

Fundación **Impulsa**

# La mentoría Impulsa tiene como objetivo crear relaciones de confianza que potencien el crecimiento personal, social y profesional de los jóvenes y las personas mentoras

La Fundación Impulsa promueve relaciones transformadoras entre jóvenes y mentores. Ofrecemos un Plan de formación y acompañamiento a las personas mentoras para que la experiencia les permita desarrollarse y al mismo tiempo ofrecer un apoyo próximo, reflexivo y sin juicios a los jóvenes.

Los Jóvenes Impulsers son chicos y chicas de entre 16 y 20 años, comprometidos y con gran motivación para continuar su formación, pero que se encuentran en una situación socioeconómica vulnerable.



## Selección de mentores



Buscamos personas con una trayectoria vital y profesional consolidada y/o activas en el ámbito social, que transmitan valores como la empatía, el compromiso, la responsabilidad y la autenticidad. Se trata de una colaboración que la persona mentora realiza de forma altruista ofreciendo su tiempo y su acompañamiento a un joven Impulser.

## Parejas de mentoría



Según los perfiles de las personas mentoras y los jóvenes becados generamos las parejas de mentoría teniendo en cuenta la rama profesional, la personalidad, los intereses y la disponibilidad. Cuidamos las uniones una a una para garantizar que el acompañamiento sea provechoso para ambas partes.

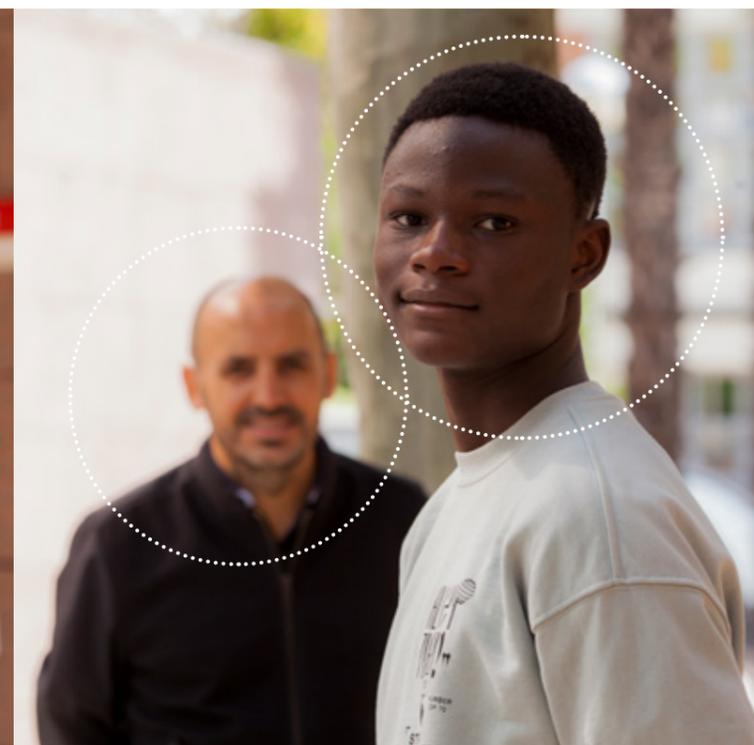
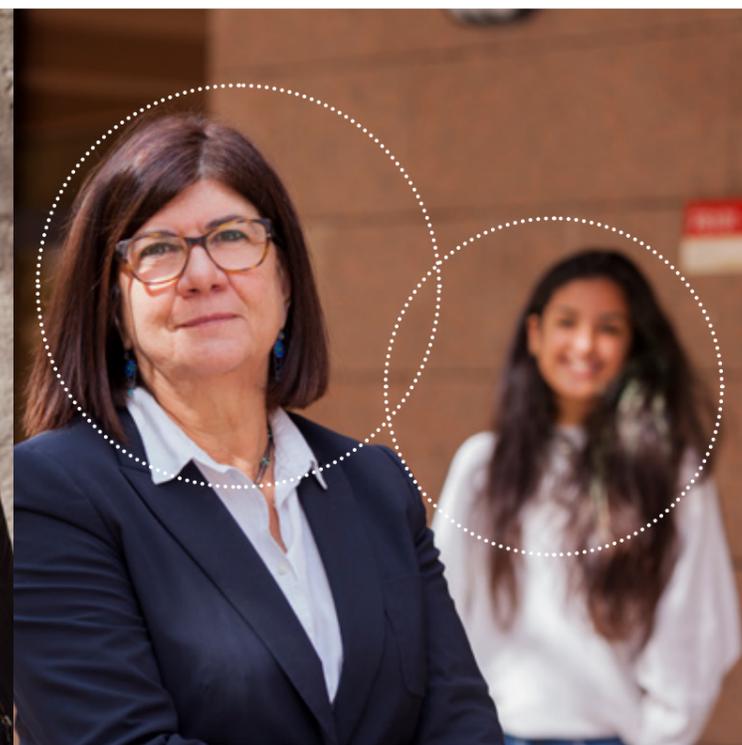
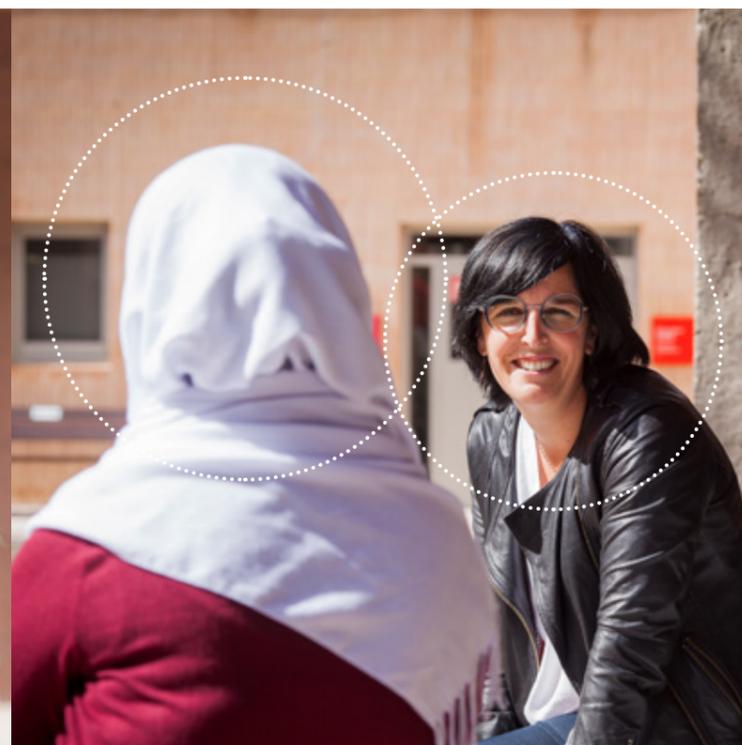
## Encuentros



La persona mentora y el alumno se encuentran periódicamente en un espacio cómodo para generar una conversación de igual a igual, libre de juicios y totalmente confidencial. El objetivo es generar vínculos y confianza a largo plazo.

## Formación en mentoría

Las personas mentoras que acompañan a los jóvenes becados reciben formación para tener la información y los recursos necesarios, así como el apoyo del equipo psicopedagógico de la Fundación Impulsa.



Joven  
Impulser

Persona  
Mentora

El Programa de Mentoría es un valor añadido del acompañamiento de la Fundación Impulsa



La Fundación Impulsa asigna a los jóvenes becados una persona mentora, una persona de referencia con trayectoria personal y profesional sólida que les acompaña en su desarrollo personal y profesional. Una relación de confianza y aprendizaje mutuo que ofrece al joven becado un nuevo mundo de relaciones y maneras de proceder en el momento de orientar su trayectoria vital y profesional.



### Oportunidades

Profundizar en las habilidades para crear vínculos, para potenciar la comunicación asertiva, afectiva y horizontal, y para empoderar a los jóvenes y a sus necesidades.

Adquirir conocimientos sobre adolescencia y desigualdades desde una perspectiva interseccional.

Promover las actitudes de empatía, motivación y flexibilidad.

Sumar experiencia en el acompañamiento a jóvenes y en el tejido asociativo.

### Compromisos

#### Con el Joven Impulser

Encuentros quincenales o mensuales

Contacto próximo y fluido

Seguimiento de los aspectos personales, académicos y profesionales

#### Con la Fundación Impulsa

Seguimiento del Plan de formación para personas mentoras.

Respuesta a los cuestionarios, registros e interlocuciones.

Compromiso mínimo 1 año — óptimo 2 años.

Una dedicación de 5 h/mes aproximadamente entre encuentros con el joven, formaciones y seguimiento con la técnica de referencia de la Fundación.

# Plan de formación y acompañamiento para personas mentoras

La Fundación Impulsa ofrece una formación de dos años en habilidades personales y de acompañamiento, adaptada a la fase de madurez en la que se encuentra cada relación de mentoría.

FASE 0: 1 — 4 meses	FASE 1: 5 — 12 meses	FASE 2: 10 — 18 meses	FASE 3: 19 — 23 meses	FASE 4: 24 meses
<b>Selección y parejas</b> Seleccionar los mentores y crear las parejas de mentoría.	<b>Construir el vínculo</b> Crear confianza, detectar las necesidades del joven y plantear objetivos.	<b>Potenciar la relación</b> Diseñar un plan de acción para responder a las necesidades del joven, descubrir el entorno y crear red.	<b>Alimentar la relación</b> Orientar al joven profesional y académicamente.	<b>Cierre</b> Poner en valor el trabajo realizado y cerrar la relación.

## Seguimiento y coordinación con el equipo psicopedagógico de la Fundación Impulsa

Selección y encaje de perfiles para garantizar un buen vínculo mentor-joven.	Seguimiento fluido con la técnica de referencia del equipo psicopedagógico de la Fundación Impulsa para garantizar la buena relación mentor-joven y registro de los encuentros en el CRM de la Fundación Impulsa.	Apoyo en la orientación profesional y personal del joven, y registro de los encuentros en el CRM de la Fundación.	Valoración de la relación de mentoría por parte del joven y del mentor.
------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------

Los mentores y mentoras tienen asignada una técnica de referencia del equipo psicopedagógico para realizar el seguimiento de la relación de mentoría.

Se ofrecen tres tipologías de formaciones y el contenido varía en función de la fase en la que se encuentra cada relación:

### Formaciones técnicas

Se trabajan habilidades como la empatía, la escucha activa, la comunicación horizontal, las estrategias de motivación o el plan de acción, etc.

### Formaciones prácticas

Se realizan encuentros en grupos reducidos de mentores con la técnica de referencia para compartir experiencias y recibir herramientas y recursos para la gestión de la relación de mentoría.

### Formaciones divulgativas

Se ofrecen formaciones en temáticas transversales potencialmente de interés para los mentores como comunicación virtual, adolescencia, etc.

**Encuentros de networking.** También se llevan a cabo actos y encuentros periódicos entre los mentores, organizaciones colaboradoras, embajadores y patronos de la Fundación.

## Cronograma formativo

		Marzo — Julio	Septiembre	Octubre	Noviembre	Diciembre	Enero	Febrero	Marzo	Abril	Mayo	Junio
Selección	Formación	Entrevista personal + Cuestionario postentrevista Formación inicial en mentoría social										
	Material	Guía genérica de mentoría Impulsa										
año 1		FASE 1										
Formación	Formación		Match + Formación en desigualdades	Acto de inicio de curso Presentación mentor-joven	Sesión divulgativa 1 Formación sobre escucha activa	Sesión Compartir. Experiencias 1	Formación en empatía y comunicación horizontal	Sesión Compartir. Experiencias 2	Formación en empoderamiento y autonomía	Sesión Compartir. Experiencias 3	Sesión divulgativa 2	Acto de clausura del curso
	Material y actividades		Date a conocer del alumno	Recursos + Guía sobre la preparación de encuentros	Guía para la creación de confianza	Guía de detección de necesidades	Actividad del mes: ampliamos la mirada					
año 2		FASE 2					FASE 3			FASE 4		
Formación	Formación			Acto de inicio de curso Formación en plan de acción	Sesión divulgativa 1	Sesión Compartir. Experiencias 1	Formación en orientación profesional	Sesión Compartir. Experiencias 2	Estrategias de motivación	Sesión Compartir. Experiencias 3	Sesión divulgativa 2 Cierre grupal de relaciones	Acto de clausura del curso
	Material y actividades			Actividad del mes: ampliamos la mirada								
				Guía de plan de acción						Guión de cierre de relaciones		

Cronograma sujeto a cambios durante el curso

Sesiones técnicas    Sesiones prácticas    Sesiones divulgativas    Sesiones de networking

# Programa Impulsa Mentoría para las organizaciones

El Programa es también una propuesta de responsabilidad social corporativa (RSC) para organizaciones que quieran colaborar con la Fundación Impulsa involucrando a sus trabajadores para que hagan de mentores.

## Oportunidades

Desarrollar la política de RSC vinculándose a un proyecto social arraigado en el territorio.

Incentivar a los trabajadores a través de una experiencia personal poco intensiva en horas pero que supone un gran impacto social en el joven mentorado.

Fomenta el compromiso y la pertenencia de los trabajadores en relación a la empresa.

Experiencia vital muy enriquecedora para el trabajador, tanto a nivel de participación directa en un proyecto social, como de formación y *networking*.

## Compromisos

Vinculación estable de mínimo 1 año — óptimo 2 años

El trabajador o trabajadora acompaña de manera altruista a un joven Impulser en su crecimiento vital y profesional.

Implicación en el coste de formación y acompañamiento de las personas mentoras.

## Plazas limitadas

Las organizaciones donantes tienen descuento. En función del importe de la donación se ofrece el escalado siguiente:

## Colaboración económica con la Fundación en el Plan de formación y acompañamiento de las personas mentoras / trabajadores

Precio del servicio: 1.500 € mentor/año

La aportación económica se puede efectuar a través de una donación económica a la Fundación o a través del pago de una factura que la Fundación puede emitir en concepto de formación a los trabajadores.

Categoría	Donación anual	1º mentor	2º mentor o posteriores
Amiga	1.500 € - 3.000 €	Sin coste	1.000 €
Aliada	> 3.000 € - 6.000 €	Sin coste	500 €
Honorífica	> 6.000 € - 15.000 €	Sin coste	A determinar
Estratégica	> 15.000 € - 50.000 €	Sin coste	A determinar
Mecenas	> 50.000 €	Sin coste	A determinar

## Desgravaciones para organizaciones

35% | 40% Cuando se done a la misma entidad un importe igual o superior por tercer año consecutivo

del impuesto de sociedades hasta el 10 % de la base líquida

## Vicky Martínez Richarte Mentora de la Fundación Impulsa

Terapeuta psicocorporal, después de años en el mundo de la Administración, decide hacer un giro en su trayectoria para trabajar en un vínculo más estrecho con las personas. Próxima, práctica y sencilla, en su vida y en su acompañamiento a los Jóvenes Impulsers.



“Se trata de que, en un momento de duda, sepan que tienen alguien de confianza”

### ¿Qué te atrae de la mentoría social?

Estar cerca de los jóvenes. Su mirada de descubrimiento constante, así como cierta seguridad inocente, me da frescura y me enriquece; aprendo de ello. Al mismo tiempo, me hace sentir bien pensar que el acompañamiento que reciben les aporta alguna cosa, sea cual sea el ámbito: estudios, profesión, desarrollo como personas. Creo que, para ellos, puede ser valioso y enriquecedor sentir que cuentan con una persona en la que pueden confiar.

### ¿Cómo es el día a día del acompañamiento?

Cada mentor se organiza como quiere. Yo acostumbro a hacer encuentros periódicos de seguimiento con los jóvenes, además de algunas formaciones puntuales que organiza la Fundación Impulsa. Para mí, sobre todo se trata de tejer una relación de confianza para que cuenten contigo. Yo lo hago siendo cercana, explicándoles cosas de mi vida, de igual manera que espero que ellos me expliquen cosas de la suya, escuchando lo que me explican, compartiendo mi visión, sin juzgarlos, estando presente sin invadir.

### Va más allá de los estudios.

Sí. Porque siempre hay un acompañamiento en otros ámbitos y a nivel emocional, pero también porque fortalecer los vínculos entre personas con las que quizás no hubiésemos coincidido nunca nos hace ser mejores personas, y esto después lo trasladamos a otros aspectos de tu vida. En este sentido, la Fundación Impulsa realiza un trabajo muy importante de entrelazar jóvenes, mentores y empresas, y lo lleva a cabo de una manera bonita y eficiente. Esto, cuando dedicas tiempo al voluntariado, se agradece.

### ¿Qué relación estableces con la Fundación Impulsa?

Siempre está allí para darte apoyo en la mentoría. Pero, sobre todo, yo destacaría que es una entidad que tiene claros sus objetivos y los pasos para conseguirlos. Tienen un equipo de profesionales motivado y unos programas claros, que facilitan que los jóvenes se desarrollen.

## > FAQs

### **Soy una organización y deseo adherirme al Programa Impulsa Mentoría como acción de RSC. ¿Cómo lo hago?**

La organización que decide colaborar con la Fundación Impulsa a través del Programa de Mentoría, en primer lugar decide cuántos trabajadores quiere que sean participes. La organización plantea la mentoría a los profesionales seleccionados como un incentivo y un reconocimiento a su esfuerzo, se les explica el Programa de Mentoría y el impacto social de la colaboración. En cualquier caso, la tarea de mentor siempre debe ser voluntaria, es decir, el trabajador debe querer involucrarse personalmente en este proyecto y disponer del tiempo para hacerlo.

### **Soy una organización y me he adherido al Programa Impulsa Mentoría. ¿Cómo llevo a cabo la aportación económica?**

La aportación económica se puede realizar a través de una donación económica a la Fundación Impulsa o a través del pago de una factura que la Fundación Impulsa puede emitir en concepto de formación a los trabajadores. Para más información, consulta el apartado "Programa de Mentoría social para las organizaciones".

### **¿Hay un número máximo de trabajadores que, como organización, puedo ofrecer a la Fundación Impulsa?**

En principio no hay ningún límite, pero siempre estará condicionado a que la Fundación encuentre a un joven que pueda encajar con el perfil del mentor y/o que en el momento que la organización desee colaborar haya plazas de mentoría disponibles. En caso contrario, los trabajadores pasarían a formar parte de la bolsa de mentores a la espera de una plaza disponible o al inicio del siguiente curso escolar en el mes de septiembre, cuando entrarán nuevos jóvenes en el programa.

### **¿Qué diferencia hay entre hacer de mentor a título particular o hacerlo a través de mi organización?**

La tarea de mentor es la misma tanto si la haces a título individual como a través de la organización; consiste en acompañar un joven de la Fundación Impulsa en su crecimiento personal y profesional. Sin embargo, si la mentoría se hace a través de la organización, esta se enmarca dentro de su acción de responsabilidad social corporativa, como colaboración con la Fundación Impulsa.

### **Como mentor, ¿cuánto tiempo le dedicaré?**

La dedicación es de 5 horas al mes aproximadamente entre encuentros con el joven, formaciones y seguimiento con la técnica de referencia de la Fundación Impulsa.

### **¿Cuál es el horario de los encuentros entre mentor y joven y con qué frecuencia?**

El horario se escoge de mutuo acuerdo entre mentor y joven. Durante el primer trimestre de relación, los encuentros tienen lugar cada quince días y, después de este tiempo, se espacian y pasan a ser mensuales, siempre y cuando la relación esté lo suficientemente madura y bajo criterio técnico de la Fundación Impulsa.

### **¿En qué espacios físicos se recomienda llevar a cabo los encuentros?**

Recomendamos llevar a cabo los encuentros en espacios públicos como centros cívicos, parques, bares... En ningún caso se permite llevar a cabo los encuentros en los domicilios particulares del mentor ni del joven.

### **¿Se prevé la posibilidad de hacer la mentoría virtual?**

La mentoría virtual no es posible durante el primer año de relación, puesto que impediría generar un buen vínculo. A partir del segundo año se pueden hacer un 50 % de los encuentros virtualmente siempre y cuando el equipo técnico de la Fundación valore que la relación profesional está lo suficientemente madura.

### **¿Qué pasa cuando un mentor entra para acompañar a un joven que ya hace un curso que está en la Fundación?**

El equipo técnico de la Fundación valorará cómo se reestructura la formación para garantizar los objetivos de relación y confianza del primer año, así como los de orientación del segundo.

### **¿Es positivo que una relación de mentoría dure 3 o 4 cursos?**

En términos generales, consideramos que lo óptimo son 2 cursos. A pesar de ello, el equipo técnico de la Fundación valorará caso por caso si debe hacer una excepción.

La Fundación Impulsa promueve la **igualdad de oportunidades de los jóvenes** y les acompaña en su formación y crecimiento personal.

Jóvenes seleccionados según criterios económicos y de motivación para seguir estudiando **reciben apoyo para cursar ciclos de formación profesional (FP)**.

El acompañamiento a los jóvenes Impulsers se realiza de una manera integral, ofreciendo apoyo en diferentes ámbitos: **económico**, a través de la financiación de los estudios de Formación Profesional; **tecnológico**, con la donación de un ordenador portátil; **humano**, con formaciones transversales y la vinculación a una entidad del territorio; **social**, con el acompañamiento de una persona mentora, y **laboral**, con formaciones y estancias formativas en empresas.

